

Vortrag: 2. Europäischer Kongress für Hypnose und Psychotherapie nach Milton H. Erickson

3.-7. Oktober 1995 in München

von Dr. Frieder Ehrke

Internist und Radiologe

Privat: Oskar-Kalbfell-Platz 9 72764 Reutlingen Mobil +49 173 3291282

E-Mail: info@dr-frieder-ehrke.de

Homepage: www.dr-frieder-ehrke.de

Zu den Grundlagen zielorientierter Psychotherapie:

Fortentwicklung des Ansatzes Whitehead'scher Prozessphilosophie

Sehr verehrte Damen, sehr geehrte Herren,

niemand wird bestreiten, dass die neueren zielorientierten Methoden der Psychotherapie erfolgreich und vor allem in Form der Kurzzeittherapie äußerst effizient sind. Dennoch ist eine gewisse Zurückhaltung der akademischen Lehre zu beobachten, wohl deshalb, weil manches an diesen Methoden intuitiv und unsystematisch erscheint.

Die Genialität eines Milton Erickson bedurfte systematischer Grundlagen nicht. Dem normalen Therapeuten können sie jedoch die Arbeit erleichtern und optimieren helfen.

Ich nähere mich der Themenstellung – etwas unkonventionell – nicht von psychotherapeutischer Seite, sondern über die Prozessphilosophie des Alfred North Whitehead, der zunächst mit Bertrand Russell in Cambridge an den logischen Grundlagen der Mathematik arbeitete und später lange Zeit bis zu seinem Tode im Jahre 1947 Philosophie an der Harvard University lehrte.

Whitehead's Thema ist Prozess.

In seinem Hauptwerk „Prozess und Realität“, erst nach 50 Jahren ins Deutsche übersetzt (Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft Nr. 690), wird der Substanzbegriff durch den Prozessbegriff ersetzt. Prozess wird zum Paradigma.

Whitehead's Thesen gewinnen in jüngster Zeit zunehmend an Aktualität, vor allem in der philosophischen und auch theologischen Auseinandersetzung. Bei Whitehead wird folgerichtig auch Psyche zu Prozess.

Die Weiterführung dieses methodischen Ansatzes führt zu einer differenzierten Bewertung der Bedeutung von Zielinhalten, die nun einer Systematisierung und damit besseren Utilisierung zugänglich werden und eine Abgrenzung zur Struktur erlauben.

Es hieße „Eulen nach Athen tragen“, wollte ich hier über Sinnesmodalitäten oder Perzeption referieren. Nur einige Umstände sollten wegen ihrer Bedeutung für das Weitere hervorgehoben werden.

Unsere Sinnesorgane erhalten permanent Milliarden von Informationen einer sich ständig ändernden Umwelt.

Falls diese Daten unselektiert und unkomprimiert passierten, würde es dem Zentralnervensystem wie der DDR-Stasi ergehen, die durch die Überforderung in der Flut ihres eigenen Datenchaos erstickte und gelähmt wurde.

Datenselektion und Datenökonomie – kurz ein Datenmanagement des ZNS – vermeiden eine solche Datenüberlastung und sorgen für eine pragmatischen Zielen dienende Reduktion des anfallenden Datenmaterials, wobei die, nach der Informationstheorie zwangsweise entstehenden Informationsverluste, teilweise kompensiert werden.

Die Perzeption und deren Regularien bilden die Grundlage der Erfahrung – darauf zielend, die Möglichkeiten des Subjektes bei Aktion und Reaktion zu erweitern. Die Kenntnis solcher Regeln ist die Voraussetzung für die Subjektanalyse, für Verstehen und damit für den Diskurs und schließlich für eine erfolgreiche Intervention.

Weil die neurophysiologischen Grundlagen teilweise noch ungeklärt sind, fehlt bisher eine fertige Theorie des Datenmanagements des ZNS. Es werden jedoch allgemeine Tendenzen deutlich, von denen ich einige hervorheben möchte:

1. Datenselektion nach Aufmerksamkeit

Diese befähigt einen, etwa im Lichtermeer des nächtlichen Hongkong das U-Bahn-Symbol, dessen Auffindung die Rückfahrt garantiert, ohne Schwierigkeiten sehr schnell zu identifizieren.

2. Verräumlichungstendenzen

War der Raum bei Kant noch strikt apriorisch, weist Bergson auf Verräumlichungstendenzen durch das ZNS hin. Es gibt Argumente dafür, dass die Vorstellung vom Raum wesentlich ein Produkt des Datenmanagements ist.

3. Veranschaulichungen

Sprachanaloge, Vergleiche, Modelle jeglicher Art, Verbildlichungen, Symbole, Metapher und Allegorien, Fabeln, Sagen, Gleichnisse und anderes mehr belegen diese Tendenz.

4. Linearisierung komplexer Sachverhalte

Zu reduzierten logischen Ursache-Wirkungs-Denksträngen, wie Aufstellen von entsprechenden Regeln, Hypothesen, Theorien und Gesetzen; besonders ausgeprägt auch im „Juristischen Denken“.

5. Datenspeicherung in der Art von Mustern

Es besteht wohl Einigkeit darüber, dass Daten nach Musterähnlichkeit gespeichert, reidentifiziert und erinnert, durch Musterdifferenzen unterschieden und nach Gestalten geordnet werden.

6. Zerlegung in Einzelbilder

Das ZNS zerlegt prozessuale oder dynamische Abläufe in situative Einzelbilder, in Bildsequenzen, teils ausschnitthaft zu Einzelportionen oder Kettengliedern geordnet. Eine solche Sequenz dauert nach jüngsten neurophysiologischen Messungen einer Tübinger Arbeitsgruppe 30 Mikrosekunden bis maximal 1 bis 3 Sekunden und stellt die Grundlagen **einer** Ereignisportion dar, die das ZNS im Präsens wahrnehmen kann.

Ein Zusammenhang mit der elektrochemischen Koppelung in den Neuronen dürfte bestehen.

Wir machen die 1. Feststellung:

Die Regeln des Datenmanagements sind mitbestimmend für die Gesetzmäßigkeiten der Perzeption, der zentralnervösen Datenverarbeitung und die pragmatische Umsetzung in Gedächtnis, Erfahrungen und sonstige ZNS-Potentialitäten.

Nehmen wir als Beispiel die Viruskrankheit Masern:

Im Lehrbuch heißt es: Die Krankheit beginnt im Prodromalstadium mit entzündlichen Zeichen der Nase, der Bindehäute, des Rachenraums und der Bronchien, mit Tränen und Nasensekretion, Husten und Auswurf usw. Sie manifestiert sich dann im Hauptstadium durch ein unregelmäßig kleinfleckiges Exanthem, beginnend im Gesicht und hinter den Ohren mit Ausbreitung auf Rumpf und schließlich auf die Extremitäten, begleitet von hohem Fieber usw. usw.

Hinter dieser Beschreibung verbirgt sich jedoch ein außerordentlich dynamischer Prozess, sozusagen eine regelrechte Schlacht zwischen Subjektorganismus und den eindringenden Viren, die auch dann abläuft, wenn das kranke Kind nur wenige Symptome zwischen Prodromal- und Hauptstadium zeigt, vielleicht ein wenig quengelig wirkt.

Das medizinische Lehrbuch vermittelt eine Liste von Symptomen (= statische Oberflächeninformation) in Zeitsequenzen, welche der Identifikation im Falle des Wiederauftretens, z. B. im Rahmen ärztlicher Diagnostik dienen, wodurch gezielte Gegenmaßnahmen ermöglicht werden.

Zugrunde liegt ein Sachverhalt oder „wie sich die Sache verhält“ – kurz ein Geschehensprozess.

Das „panta rhei“ (alles fließt) Heraklits leitet eine Metabetrachtungsweise ein, welche sich durch die griechische Philosophie z.B. bei Aristoteles, die europäische Philosophiegeschichte und sehr betont wieder in der aktuellen Philosophie wie ein Faden zieht.

Dynamik und Prozesshaftigkeit der Welt werden jedoch stets wesentlich als Attribut von Substanz aufgefasst.

Mit A. N. Whitehead vollzieht sich nun ein auch für das Verständnis der Psyche wichtiger Wandel, den ich besonders zu beachten bitte:

Whitehead nimmt der Prozesshaftigkeit die attributive Eigenschaft in Bezug zur Substanz, indem er die Begriffe von Substanz und Prozess zu einem Begriff zusammenfasst, somit Prozess als dem Seienden wesentlich inhärent, ja mit dem Seienden identisch beschreibt.

Wir machen die 2. Feststellung:

„Die wirkliche Welt ist Prozess und Prozess ist das Werden von Wirklichen Einzelwesen“ (Whitehead). („Wirkliches Einzelwesen“ bezeichnet das prozessuale Subjekt – d. Verf.)

Stets entsteht Prozess durch Krafteinwirkung und unterliegt dem Gesetz des 2. Thermodynamischen Hauptsatzes, d. h. Prozess ist vektoriell. Übersteigt die Kraft des Prozesses den Widerstand, beschleunigt der Prozess, wobei er dem Weg des geringsten Widerstandes – entsprechend den bekannten Gesetzmäßigkeiten von Kirchhoff usw. – folgt.

Prozess realisiert sich in der Struktur, er bildet sozusagen strukturelle Prozessesstränge.

Prozess kann gleichförmig oder beschleunigt, kontinuierlich, diskontinuierlich bis vorübergehend ruhend, linear oder nicht linear, mehr oder weniger stark geregelt oder gesteuert, den Gesetzen der Kybernetik in Form von Rückkoppelungen, Zyklen und Hyperzyklen gehorchen, kann zusammengesetzt, komplex, sich überlagernd, vernetzt, iterativ-chaotisch sein und schließlich enden.

Prozess ist nicht ziellos: „Alles was ist, hat den Charakter des Entwurfes auf etwas hin“ (Whitehead).

„Das Actual entity (wirkliches Ding/Wesen) ist nicht nur eine perspektivische Einheit der vorgängigen wirklichen Welt, sondern ein Verwirklichungsprozess idealer Möglichkeitsstrukturen“.

Im 1985 erschienenen Werk von Robert Spaemann und Reinhard Löw mit dem Titel „Die Frage wozu“ und dem Untertitel „Geschichte und Wiederentdeckung teleologischen Denkens“ (Serie Piper Nr. 748) steht eine lesenswerte Zusammenfassung zur Verfügung.

Wir machen die 3. Feststellung:

Prozess ist zielgerichtet.

Ist menschliche Psyche Prozess, so ist sie zielgerichtet.

Die Zielhaftigkeit von Prozess steht in einer gewissen Diskrepanz zur klassischen Logik (Reduktionismus). Diese folgt einem determinierten „Ursache – Wirkung – Muster“.

Die Thesen Thomas Kuhns zur Wissenschaftstheorie und auch die Hermeneutik Gadamers können nur erwähnt werden.

In der Psychologie dokumentiert sich die „ Ursache – Wirkung – Denkweise“ in den Triebtheorien.

Einfache tägliche Beobachtungen offenbaren, dass der Prozess nicht nur durch Trieb, sondern in gleicher Weise durch einen vom Ziel ausgehenden Sog bestimmt ist.

Betrachten wir einen Lottospieler, er handelt im Sog der Erwartung des Lottogewinnes (Motivkausalität bei Stegmüller). Die Erwartung entspricht einem Futur, und erst im Sog ihres Futures folgen die „Wenn – Dann“ – gestützten Abläufe des Spiels.

Meteorologen sprechen davon, dass die Wolken über den Himmel geschoben werden, obwohl doch klar ist, dass die Wolken einem Sog folgen.

Die „Ursache – Wirkung – Prozedur“ erweist sich als Akt des Datenmanagements.

Der Anatom Blechschmidt (siehe dazu Kurt Lewin: Feldtheorie) verwendet wohl als einer der ersten – im Zusammenhang mit der Zielhaftigkeit der embryologischen Entwicklung, welche auch innerhalb bestimmter Grenzen durch Störquellen nicht zielgehindert ist – den Begriff „Feld“.

Die Metabetrachtungsweise von Prozess impliziert eine Gleichberechtigung von Sog und Trieb, bzw. deren Auflösung in ein „zielverbindendes Feld“.

Man kann differente Kraftfelder unterscheiden, etwa physikalische, chemische, biologische oder psycho-energetische.

Wir machen die 4. Feststellung:

Die Koppelung des prozessualen Subjektes mit seinem Ziel erfolgt durch ein Feld.

Ich bat um besondere Beachtung der Operation Whiteheads, dem Prozess den attributiven Charakter bezüglich der Substanz zu nehmen und beide in einem allgemeinen Substanzprozessbegriff aufzulösen.

In analoger Weise möchte ich diese Methode auf Prozess und Zielverhaftung von Prozess mit dem vermittelnden Feld anwenden:

Wir kommen zur 5. Feststellung:

Zielverhaftung über ein vermittelndes Kraftfeld ist kein Attribut von Prozess, sie ist dem Prozess wesentlich inhärent und unabdingbarer, konstitutiver Bestandteil von Prozess, d. h. ohne Zielverhaftung des prozessualen Subjektes und Feldvermittlung kein Prozess.

In Anlehnung an einen Terminus der Chaostheorie fasse ich das prozessuale Subjekt, dessen Zielverhaftung und das vermittelnde Feld zu einem neuen Begriff, nämlich dem

Attraktor

zusammen und komme in Fortführung des Whitehead'schen Ansatzes zur

6. Feststellung

Die Welt ist Prozess, sie besteht aus Attraktoren.

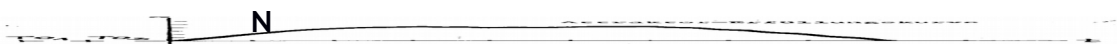
Der Attraktor ist eine untrennbare dynamische Einheit aus prozessuaalem Subjekt, seinem ihm verhaftenden Ziel (Attraktion) und dem vermittelnden Feld. Der Attraktor realisiert sich in einer Struktur.

Der Attraktor besteht aus zwei Komponenten

1. die virtuelle Komponente der Möglichkeiten
2. die reale Komponente der Erfüllung

Die virtuelle Komponente ist autonom, der realen Komponente aber stets immanent.

Zur Illustration die folgende graphische Attraktordarstellung



Die Abszisse t kennzeichnet die Zeitachse, die Ordinate N die Leistung des Attraktor in dieser Zeiteinheit.

Die Zeit vom Start des Attraktor bis zu seinem Ende bezeichnen wir als Erfüllungszeit, sie entspricht unserem klassischen Zeitbegriff.

Vorgeschaltet ist eine Zeit $T O 1 / 2$, welche die Zielerfassungszeit $T O 1$ und die Koppelungszeit von Subjekt und Ziel durch das Kraftfeld $T O 2$ repräsentiert. Diese zweite Zeit $T O 2$ bleibt dem Gesamtattraktor inhärent, um diese Zeit verläuft der Attraktor (analog der Raumzeit) „gebogen“.

Die Leistungskurve kann durch Integration in einer Arbeitskurve überführt werden.

In Weiterentwicklung des Whitehead'schen „Ontologischen Prinzips“ spreche ich vom „Ontologischen Integral“.

Die Wirklichkeit besteht aus sich in Strukturen realisierenden Attraktorsträngen, wobei der Ablauf der Erfüllungskurven jeweils den Regeln der Logik gehorcht. Würde man ein geschlossenes System der Welt voraussetzen, könnte man nach heutigem naturwissenschaftlichem Verständnis als den größten bekannten Attraktor den zwischen Urknall und „Schwarzes Loch“ als „Großen Attraktor“ bezeichnen.

Alle anderen Attraktoren wären dann Subattraktoren in kurz-, mittel- und langfristiger Gliederung, das gegenwärtige Geschehen ein vernetzter Komplex von Partialattraktoren als Komponenten.

Entsprechend besteht der Mensch aus vernetzten Ketten und Komplexen von kurz- mittel- und langfristigen Sub- und Partialattraktoren.

Die menschlichen Attraktoren können **unmittelbare** physikalische oder elektrochemische Attraktoren sein. Sie werden aber **mittelbar**, wenn Regelungen oder kybernetische Steuerungen eingreifen, wie dies bei den meisten biologischen Attraktoren der Fall ist, oder sie werden zusätzlich durch das Bewusstsein moderiert, wie die psychoenergetischen Attraktoren des Menschen.

Die Mittelbarkeit des Attraktors bedingt eine Entkoppelung von prozessuellem Subjekt und Attraktorziel durch Einschaltung von Regelmechanismen oder Bewusstseins-Moderation.

Diese Entkoppelung bezeichne ich als „Attraktordissoziation“.

Die „**Attraktordissoziation**“ erfolgt in zwei Modifikationen:

A: **Subjektdissoziation des Attraktors**, bei der das Subjekt sich in eine angenommene, ggf. futuristische „als-ob – Situation“ begibt, von der aus neue Ziele angesteuert werden. Das Spiel ist ein typischer „als-ob Attraktor“ oder etwa die „als-ob-Vorstellung“ angesichts einer kritischen Situation, diese bereits überwunden zu haben und sich auf fernere Ziele zu richten.

Auch die speziell gefasste Dissoziation im Rahmen des NLP oder die sogenannte Zielphysiologie sind Zustände, die im Sinne dieses „als-ob-Phänomens“ gedeutet werden können.

B: Zieldissoziation des Attraktors , bei der entweder ein realistisches Ziel oder ein imaginäres, virtuelles oder transzendentes Ziel zentralnervös gespeichert wird.

Biologische und psychoenergetische Kraftfelder oder prävalente Attraktoren in Form von aufgebauten Abrufpotentialen sind Ergebnis aktiver energetischer Umsetzung.

Erfahrungen sind gefreezte Attraktoren, welche im Hinblick auf spätere Verhaltensmoderation – also zielgerichtet – nach den Regeln des Datenmanagements gespeichert wurden.

Der Abruf von Erfahrung erfolgt offenbar nach den Grundsätzen der Identifikation über Ähnlichkeitsmuster (Assoziationen) nach den vorbezeichneten allgemeinen Attraktorregeln.

Wir machen die 7. Feststellung:

Besteht die Welt aus Attraktoren, so besteht auch der Mensch und seine Psyche aus Attraktoren – komplex – vernetzt und offen – bestehend aus Subattraktoren als Glieder und Partialattraktoren als Komponenten. Die menschlichen Attraktoren realisieren sich in inneren und äußeren Strukturen.

Das Datenmanagement und seine Struktur besteht aus evolutionär gewachsenen Attraktoren, häufig im Dienste übergeordneter Attraktorkomplexe.

Eine kranke Psyche heißt in einem Teil kranke biologische, vor allem aber kranke psychoenergetische Attraktoren.

Eine neurotische Phobie besteht z. B. aus einem situativen Auslöseattraktor, einem synästhetischen (phobischen) Resonanzattraktor und der Auslösung eines potentiell vorhandenen Reflexattraktors (Flucht- oder Totstellreflexe – Ohnmacht – Übelkeit – Erröten usw.).

Prinzipiell können kranke Attraktoren geheilt werden durch:

- a) Heilung defekter Attraktoren durch Harmonisierung oder Stabilisierung
- b) Durch Elimination defekter, störender Attraktoren oder deren Abschwächung bzw. Kompensation
- c) Neuinstallation, Umformung oder Aktivierung prävalenter Attraktoren, etwa mittels Rückgriff auf Ressourcen, im Rahmen der „als-ob-Dissoziation“ oder durch Bedeutungs-Reframing.

Folgende **allgemeine Eigenschaften von Attraktoren** seien hervorgehoben:

Prozesseigenschaften (siehe vorn) und Attraktoreigenschaften sind weitgehend identisch.

- Im Gegensatz zur geschlossenen Leibniz'schen Monade ist der Attraktor offen für Einwirkungen von außen.
- Gleichartige, aber vektor- bzw. zieldivergierende Attraktoren münden in einer Resultante, sofern sich die Ziele nicht ausschließen.
- Attraktoren können gebahnt oder gehemmt werden, im Fall der Hemmung sprechen wir von Dystraktoren als Verursacher der Hemmung.
- Die Attraktordissoziation ermöglicht Regelung und Steuerung und ZNS-Moderation.
- Attraktoren sind resonanzfähig. Dies belegt auch der einschlägige Sprachgebrauch. Resonanzerscheinungen werden etwa beim Rapport und beim Spiegeln genutzt.
- Potentielle Attraktoren sind energetische Potentiale, die durch einen Auslöseattraktor freigesetzt werden (z. B. Reflexe). Beziehungen zum Behaviorismus.
- Attraktoren haben Freiheitsgrade mit der Folge dialektischer Eigenschaften:

Zur Illustration nehmen wir einen Skifahrer, der von der Bergstation die Abfahrt zur Talstation als Zielpunkt gewählt hat.

Am Steilhang steht ihm nun eine Palette von Möglichkeiten zu diversen Sprüngen, Schwüngen und Querungen der Piste offen, d. h. der Attraktor der Abfahrt gliedert sich in Ketten von Subattraktoren. Wird er nach einer geglückten Aktion innehalten, befindet er sich am Ende (Erfüllung) eines Subattraktors und am Beginn des Folgeattraktors der Kette.

Dies ist der Augenblick (beachte den Begriff des Augenblickes bei Kierkegaard) der Entscheidung zu diversen Möglichkeiten, die ihm die Pistenstruktur gewährt. Je nach Anzahl der Freiheitsgrade verzweigen sich die Möglichkeiten zum neuen Attraktor dichotom oder polytom (Verzweigungsattraktoren).

Die Zergliederung des Attraktors in Subattraktoren bildet die Grundlage der Entscheidungsfreiheit zu Verzweigungsattraktoren – oder in Bezug auf unsere Einleitung:

Das Datenmanagement mit Zergliederung der Attraktoren in Einzelsequenzen (Subattraktoren) ist eine Grundlage menschlicher Entscheidungsfreiheit.

Die Grenze der Freiheit liegt sowohl in der Struktur als auch im Attraktor.

Je weiter der Skifahrer sich von der Ideallinie der Talstation lateralwärts entfernt (These), umso größer wird der Drang sein, zur Ideallinie Richtung Talstation zurückzukehren (Antithese). Der Querschwing kann ihn nun (z.B. wegen der Trägheit) über die Ideallinie zur Gegenseite hinaustragen, womit eine Rückorientierung zur Ideallinie verbunden ist.

In Schwüngen von These und Antithese nähert er sich dem Ziel (Synthese).

Dies möge die Grundlage der Dialektik verbildlichen.

Wir treffen die 8. Feststellung:

Attraktoren haben Freiheitsgrade durch Optionen der Koppelung sich verzweigender Subattraktoren (Verzweigungsattraktoren).

Die Freiheitsgrade werden eingeschränkt durch die Möglichkeiten des Attraktors und durch die vorgegebenen Strukturen.

Verzweigungsattraktoren (Subattraktoren) begründen Freiheitsgrad und Dialektik.

Zu den Attraktorstrukturen

Attraktoren realisieren sich in Strukturen.

Durch diese Strukturen entstehen quasi Attraktorstränge. Außerhalb der Struktur ist die Existenz eines Attraktors unmöglich: d. h. alles was ist, ist in einer Struktur. Strukturen ohne Attraktoren sind leer.

Der Strukturbegriff wird hier im Sinne eines Realisations- und Transportmediums gebraucht. Dazu gehören alle Hilfsmittel und Werkzeuge, wozu ich auch die Sprache zähle.

Vordergründig gebrauchen etwa Bantler und Grönder den Strukturbegriff weitergefasst. Schon eine oberflächliche Betrachtung des Strukturbegriffes aber deckt Abgrenzungsschwierigkeiten auf, denn Struktur- und Attraktorcharakter verweben sich:

Strukturen des ZNS sind lebendig, d. h. energetisch aktiv. Sie sind selbst Attraktoren und deren Ergebnis. Die Sinnesmodalitäten sind einerseits energetisch aktiv und damit Attraktoren, andererseits aber funktionell wesentlich Strukturen. Ähnliches gilt für das Datenmanagement.

Erfahrungen sind gefrorene Attraktoren. Das Genom kann als eine Zusammensetzung fixierter gefrorener entwicklungsgeschichtlich entstandener Attraktoren aufgefasst werden und ist doch zugleich Struktur. An den „Edelman-Strukturen“ (im Kindesalter fixierte Hardware – „Verdrahtung durch Rarefizierung“) sind in ihrer Prägenphase Attraktoren, dann – einmal installiert – Strukturen.

Wir machen die 9. Feststellung:

Strukturen und Attraktoren des Menschen bilden eine vielschichtige ineinander verwobene Einheit.

Die Frage, ob eine Struktur oder ein Attraktorelement (prozessuales Subjekt, Feld oder Attraktorziel) vorliegt, muss nach der jeweilig dominanten Funktion beurteilt werden.

Wie Sie wissen, können Strukturen psychotherapeutisch in vielfältiger Weise beeinflusst und genutzt werden. Die umfangreich angewachsene Literatur dazu ist Ihnen geläufig, ich werde deshalb nicht näher darauf eingehen.

Betont sei lediglich, dass die Elemente des Datenmanagements in ähnlicher Weise wie die Sinnesmodalitäten evoziert und utillisiert werden können. In diesem Zusammenhang verweise ich exemplarisch auf die Nutzung der Metapher in der Erickson'schen Psychotherapie.

Zu den Attraktorelementen

Zur Rekapitulation:

Wir sagten: Ein Attraktor besteht aus dem Attraktorsubjekt, aus dem Attraktorfeld und den Attraktorzielen. Der Mensch und seine Psyche bestehen aus einem Komplex vielschichtiger ineinander verwobener und sich überlagernder, gegenseitig beeinflussender Sub- und Partialattraktoren. Wie die Strukturen, sind auch die Attraktorelemente subjekttypisch. Sie können deshalb evoziert und psychotherapeutisch beeinflusst bzw. genutzt werden.

I. Zur Utilisation des Attraktorsubjektes

Die Möglichkeiten, Fähigkeiten und die Bereitschaft eines Subjektes zur Attraktorbildung will ich die „Konditionierung des Subjektes“ nennen.

In der Subjektkonditionierung wird der Doppelcharakter von Struktur und Attraktorbaustein deutlich.

Wir können fixe und variable Subjekteigenschaften unterscheiden.

Die fixen Subjekteigenschaften sind kaum beeinflussbar. Dazu gehört alles genetisch Fixierte, ferner die Edelman-Strukturen, also strukturelle Festlegungen durch Lernvorgänge in den ersten präpubertären Lebensjahren und alterstypisches Konditionieren. Im Gegensatz dazu lassen sich variable oder semivariable Subjekteigenschaften beeinflussen. Dazu gehören erlernbare Fähigkeiten, Umformungen durch Veränderungen des sozialen Umfeldes, Schulung der Aufmerksamkeit, Wahrnehmungsschulung, Separatorstate, Gestaltung des Outfits, der Körperhaltung, Versetzen in Stimmung und Trance u.a.m. Erfahrungen und Erinnerungen gehören eindeutig zu den variablen Subjekteigenschaften und sind damit der Beeinflussung im Rahmen der Psychotherapie zugänglich.

Eigenschaften der Subjektkonditionierung finden wir in den Begriffen Changing Historie, bei dem Future-Pace, bei den Kurzreframings, bei der Integration, bei der Weckung von Ressourcen, bei der Änderung der Körperphysiologie und beim Reimprinting.

II. Zur Utilisation des Attraktorfeldes

Biologische und psychoenergetische Felder sind aktiv aufgebaute Potentiale. Sie unterliegen zentralnervöser Bahnung und Hemmung. Die Stärke des Feldes steht in direktem Zusammenhang mit der Konditionierung des Subjektes und hängt von der Attraktivität der Zielinhalte ab.

Über „als – ob“-Dissoziation können starke Felder aufgebaut werden, z. B. durch „als-ob“-Identifikation mit Vorbildern und Stars.

Submodalitäten wie Heller/Dunkler oder Größer/Kleiner beeinflussen die Feldstärke des Attraktors und damit sein Gewicht. Gruppen- oder Massendynamik entsprechen einer Feldverstärkung durch Resonanz, die bekanntlich vielfältig genutzt wird.

Die Feldverstärkung kann zur Überdeckung und damit Abschwächung oder Elimination konkurrierender (ggf. schädlicher) Attraktoren führen. (Nutzungsaspekt!)

III. Zur Utilisation von Attraktorzielen – Systematik der Attraktorziele

Zielinhalte sind wie Strukturen individualtypisch, sie sind variabel und somit zugänglich und beeinflussbar. Jedoch müssen zuvor störende oder pathogene Zielinhalte identifiziert und adäquate Ziele evoziert werden. Dazu bedarf es einer Systematik der Zielinhalte, welche einen optimalen psychotherapeutischen Zugang gewährt.

Attraktorziele sind selten „rein“, meist handelt es sich um Komplexe: von Partialzielen oder sie sind selbst aus verschiedenen Inhaltskategorien (s. h.) zusammengesetzt.

Allgemein lassen sich unterscheiden:

- a) Mangelattraktoren, deren Ziel die Beseitigung des Mangels ist.
Wir können sie auch als „Schopenhauer-Attraktoren“ bezeichnen („Die Welt ist Mangel“).
- b) Steadystate-Attraktoren sind geregelte oder gesteuerte Attraktoren, die das Gleichgewicht anstreben.

a) und b) können wir als „TOTE“-Attraktoren bezeichnen.
- c) Komparative Attraktoren dienen der Intensitätssteigerung.
- d) Innovationsattraktoren dienen der Erschließung neuer Zielinhalte, etwa durch Versuch oder Irrtum (Beziehung zur Fulguration).

Zur Systematisierung der Attraktorziele schlage ich die Einteilung in 7 inhaltliche Attraktorkategorien vor:

- I. Somatisch-libidinöse Attraktorziele
- II. Existenziale oder Sentiments-Attraktorziele
- III. Formal-ästhetische Attraktorziele
- IV. Sozial-ethische Attraktorziele
- V. Archaisch-esoterische Attraktorziele
- VI. Rational-technische Attraktorziele
- VII. Transzendental-metaphysische Attraktorziele

Es sei nochmals betont, dass diese Attraktorziele gewöhnlich komplex vernetzt und sich überlagernd, seltener in reiner Form auftreten.

I. Zu den somatisch-libidinösen Attraktorzielen

Zu dieser Attraktorkategorie gehören alle Zielinhalte somatischer Bedürfnisse zur Erhaltung der körperlichen Integrität und der Art.

Vitale Inhalte zur Erhaltung der Energie- und Organbilanz wie Hunger, Durst, Wärmebedürfnis usw. gehören zu dieser Kategorie, ebenso wie der ganze Komplex libidinöser Bedürfnisse, welche das Hauptthema Freud'scher Tiefenpsychologie darstellen.

Gewöhnlich handelt es sich um Mangel- oder Steadystate-Attraktoren mit tiefer unterbewusster Verankerung.

Vitale Attraktoren sind im Zeichen unseres Wohlstandes weniger dominant, da deren Befriedigung unproblematisch und somit apriorisch erscheint.

Kulturgeschichtlich dominiert die I. Attraktorkategorie in der Philosophie des Materialismus.

II. Zu den existentialen oder Sentiments-Attraktorzielen:

Diese Attraktorkategorie ist das eigentliche Feld der Psychologie. In ihren Zielinhalten tritt der ontologische Charakter hervor. Die Emotionalität zeigt Beziehungen zur Feldstärke.

Folgende Begriffspaare repräsentieren die II. Ebene

Allgemeinbegriff:	Konkreter Begriff:
Angst	Furcht vor
Schwermut (Melancholie)	Trauer um
Schmerz	Leiden unter
Harmonie (Zufriedenheit)	Zufrieden mit
Lust	Freude auf
Sehnsucht (Hoffnung)	Hoffen auf
Macht	Herrschen über

Die II. Attraktorkategorie kann man auch als psychische Basiskategorie bezeichnen. Die Zielinhalte treten häufig in Kombination mit anderen Attraktorzielen auf.

Im Falle der Angst ist der aufdeckende Charakter psychotherapeutisch wesentlich, d. h. die Überführung in den konkreten Begriff „Furcht vor“. Das Begriffspaar bezieht sich etwa auf Bedrohung, Strafe, Verlust, Mangel u.a.m.

Die Melancholie bezeichnet Trauer um etwas Vergangenes, Verlorenes, um „Etwas, das hätte sein können“. Auch der Verzicht gehört hierzu.

Die Lust ist ein komparativer Attraktor, während die Sehnsucht die „Sehnsucht nach dem ganz Anderen“ beinhalten kann.

Das Begriffspaar „Macht“ und „Herrschen über“ ist Thema der Philosophie Friedrich Nietzsches und stellt das Überschwanggefühl dar (dionysisch), durch welches der Übermensch inauguriert wird.

Werden in der Kurzzeittherapie Ressourcen aktiviert, assoziiert man gewöhnlich positive (Lust) Situationen oder einen dionysischen Attraktor, der sich besonders für das Reframing eignet.

Kulturgeschichtlich tritt diese Attraktorkategorie besonders im Existentialismus oder eben bei Nietzsche hervor.

III. Zu den formal-ästhetischen Attraktorzielen

Die Ziele dieser Kategorie beinhalten formale Elemente der Proportion, des Gefüges von Inhalten, der Harmonie (z. B. Farbharmonie), des Rhythmus und der Komposition. Somit bestehen enge Verwebungen mit der Struktur.

Häufig wirken die Zielinhalte durch Resonanz oder Dissonanz verstärkend oder abschwächend auf andere Attraktorkategorien.

Seltener treten sie auch eigenständig dominant hervor, z. B. als Kunst, als Musik, bei Tanz, in Stil und Geschmacksfragen (Outfit).

Ganzheitliche Harmonie kann sich in „Gestalt“ ausdrücken (beachte Beziehung zum Datenmanagement!) und das Gefühl des „Mit sich eins sein“ begründen und Selbstwertgefühl und Selbstsicherheit steigern.

Zwischenmenschlich kann die subjektive Eigenart des Gefüges (z. B. Charaktergefüge) Zu- oder Abneigung, Kommunikation oder Missverstehen begünstigen („Senden auf der gleichen Wellenlänge“).

Bei der Utilisation dieser Inhalte beobachtet man häufig eine erschreckende Diskrepanz zwischen subjekttypisch vorgegebenen Zielmöglichkeiten und dem Zielangebot.

Die frustrierenden und kostspieligen Versuche etwa mit Malereien und gestaltender Kunst in den Volkshochschulen oder der berühmte „Bauchtanz der AOK“ liefern dafür beredte Beispiele.

Subjekttypisch passende Zielinhalte der formal-ästhetischen Kategorie sind andererseits außerordentlich fruchtbar, als Beispiel nenne ich die Fischerchöre.

Diese Kategorie umfasst Phänomene, die von C. G. Jung ausführlich behandelt wurden, wie archetypische Bilder, Niederschlag von Märchen, Mythen und Sagen.

Diese Ebene ist auch dialektische Antwort auf das Ausgesetztsein der Vereinsamung des Individuums durch die Dominanz rationaltechnischer Inhalte, welche sich in esoterischen und ganzheitsmedizinischen Vorstellungen ausdrücken kann. Auch in einigen Philosophien des Ostens zeigt sich dies in Form von Wirklichkeitsflucht (z. B. Nirwana).

Es bestehen enge Beziehungen zur sozial-ethischen Ebene, zum Begriffspaar Melancholie (Schwermut) und Trauer um (nämlich das verlorene Paradies) und mündet in der Sehnsucht nach Behütetsein und Geborgenheit, hat damit Beziehung in Verwurzelung in der Heimat. Die Attraktorkategorie ist eigentlich konservativ und bildet den Gegenpol zu innovativen Attraktoren.

Kulturgeschichtlich dominieren diese Attraktorziele die Romantik, Naturphilosophien und manche Philosophien des Ostens.

VI. Zu den rational-technischen Attraktorzielen

Diese sind digital geprägt, werden zu Unrecht als männliches Prärogativ bezeichnet und schlagen sich praktisch in der Technik und in den klassischen Naturwissenschaften nieder, insbesondere auch in den Metawissenschaften, weshalb Psychotherapie und NLP in diese Kategorie gehören.

Das Denken vollzieht sich in den Strukturen, wie sie vom Datenmanagement vorgegeben werden.

Die Dominanz dieser Attraktorebene war in den letzten Jahrzehnten in Form des technischen Fortschrittes erfolgreich, wird nun aber antithetisch zurückgedrängt.

Kulturgeschichtlich repräsentieren sich diese Kategorien in der Aufklärung und im Positivismus.

VII. Zu den transzendental-metaphysischen Attraktorzielen

Überwiegend im Bewusstsein kombinieren sich hier Zieldissoziation und ins ZNS projizierte imaginär – virtuelle Zielinhalte.

Die Attraktorkategorie vereint die Welt der „Ismen“ und die transzendente Projektion und liegt Ideen, Visionen und Utopien zugrunde, sofern diese überwertig selbständig werden. Die Realität dieses Attraktors ist unabhängig von der Realität der Zielinhalte und kann sich lediglich in deren zieldissoziierter Projektion realisieren.

Beziehungen bestehen zum Todestrieb, zur Vorstellung von der Auferstehung nach dem Tode und zur Reinkarnationslehre, weshalb diese Attraktorkategorien in der Alterspsychologie (Subjektconditionierung mit dem nahenden Lebensende) besonders nutzbar sind.

Zielinhalte spielen die dominierende Rolle beim Rapport, beim Pacing and Leading, beim Reframing, verschiedenen Fragetechniken, Auflösungen von Nominalisierung und Generalisierung und in der Zielphysiologie und nicht zuletzt in der Motivationsstrategie.

Meine Damen und Herren, gestatten Sie mir folgende zusammenfassende **Schlussbemerkung**:

Jeder Mensch lebt sein ihm eigenes Attraktorenbündel.

Gesundheit und Lebenserfüllung bestehen im Ausleben der prozessualen Möglichkeiten des Subjekts, welche durch Strukturen und Attraktoren gegeben sind. Störungen können durch zielgerichtete Psychotherapie korrigiert werden:

A: Durch Intervention bei den Strukturen. Hier war deutlich zu machen, dass das Datenmanagement ein wichtiger Bestandteil der Struktur ist und entsprechend evoziert und genutzt werden kann wie etwa die Sinnesmodalitäten.

B: Ist es erfolgreich, Strategien nach Evokation der individualtypischen Strukturen auszurichten, so ist das Erkennen des individualtypischen Attraktorkomplexes – vor allem seiner subjektspezifischen Zielinhalte

-

Voraussetzung, dessen psychotherapeutische Nutzung zu optimieren.

Das Attraktormodell bietet dafür den geeigneten methodischen Ansatz.

Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit.

Dr. Frieder Ehrke

Internist und Radiologe

Privat: Oskar-Kalbfell-Platz 9 - 72764 Reutlingen - Mobil +49 173 3291282

E-Mail: info@dr-frieder-ehkre.de

Homepage: www.dr-frieder-ehkre.de

Literaturhinweis:

Blechtschmidt, Erich	Anatomie und Ontogenese Wiesbaden 1978
Diem, Hermann	Kierkegaard Frankfurt/M. – Hamburg 1956
Dilts, Robert; Bantler, Richard; u.a.	Strukturen subjektiver Erfahrung Paderborn 1991
Edelman, Gerald u.a.	Unser Gehirn, ein dynamisches System München, Zürich 1993
Gadamer, Hans-Georg in Apel, Karl-Otto u.a.	Hermeneutik und Ideologiekritik Frankfurt/M. 1971
Gebser, Jean	Ursprung und Gegenwart 3 Bd., München 1973
Haley, Jay	Die Psychotherapie Milton H. Ericksons München 1991
Hampe, Michael; Maaßen, Helmut	Die Gifford Lectures und ihre Deutung Materialien zu Whitehead's „Prozess und Realität“ 1 und 2, Frankfurt/M. 1991
Kuhn, Thomas	Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen Frankfurt/M. 1976
Lewin, Kurt	Hrsg. Graumann, C.-F. Werkausgabe Bd. 4, Feldtheorie Bern/Stuttgart 1982
Merleau-Ponty, Maurice	Die Abenteuer der Dialektik Frankfurt/M. 1968
Schramm, Michael	Prozesstheologie und Bioethik Freiburg/Schweiz 1991
Spaemann, Robert; Löw, Reinhard	Die Frage Wozu? München/Zürich 1985
Vaihinger, Hans	Die Philosophie des „als ob“ Aalen 1927/1986
Whitehead, Alfred North	Prozess und Realität Frankfurt/M. 1987